

Experiencias ▶ Deportistas universitarios

Exigencia y satisfacción se dan la

Cuatro estudiantes de la UCO comparten lo que les llevó a hacer deporte y cómo ven el deporte universitario

LUCÍA ABAD
educacion@cordoba.es | periodico@uco.es
CÓRDOBA

Adam Aguilera, Adolfo Fernández, Carmen Avilés y Amanda Valero son cuatro estudiantes de la Universidad de Córdoba con algo en común: el deporte es una parte fundamental en sus vidas.

Adam, alumno del Grado de Fisioterapia, se inició en la natación por una cuestión de salud, para frenar el avance del síndrome de Charcot Marie Tooth que padece y que de niño le hacía andar de puntillas. Su compañero Adolfo, que estudia Ingeniería informática, llegó al balonmano por casualidad. Jugaba al baloncesto en el colegio pero un año el equipo no salió adelante por falta de jugadores y entonces probó con el balonmano. «Cuando me hice más mayor tuve que elegir entre el fútbol y el balonmano, pero al final era el deporte que más feliz me hacía», dice.

Amanda, que estudia Veterinaria, comenta que en su familia «el balonmano era algo que se llevaba en la sangre. He visto a toda mi familia jugar a balonmano así que aunque fue por elección también es algo que venía en los genes». Como Amanda, Carmen, que estudia el Grado de Educación Primaria en la mención de Educación Física, siempre se sintió atraída por el deporte. «Yo era un rabo de la gartija», rememora esta joven que se inició en el atletismo a los 13 años después de probar otros deportes. «Llegué al atletismo porque quise probar cosas nuevas y ahí me quedé», recuerda.

Los cuatro tenían claro que querían estudiar, pero comparti-

bilizarlo con la práctica deportiva ya es otra cuestión.

Conciliar

Carmen Avilés reconoce que «a veces resulta muy agobiante tener que organizarse, pero si uno quiere, se puede sacar tiempo para todo (o casi todo). Yo trato de organizarme y apuntarme todo en la agenda, desde citas con el nutricionista hasta competiciones, exámenes o festivos para ver la planificación a largo plazo».

Para Amanda Valero, compaginar fue un juego de niños hasta que empezó la carrera y «me choqué con la realidad». «Ya no se trataba de compaginar solo el estudio, se trataba de cuadrar los grupos de prácticas, la organización para los trabajos, parciales, finales y digamos que además en todo esto mi carrera es la más completa», explica y admite que alguna vez ha tenido que sacrificar estudios por el equipo, «lo cual acaba haciendo que se complique aun más la carrera porque comienzas a tener retrasos en asignaturas, clases perdidas y exámenes sin hacer que te hacen sentir perdida».

A Adolfo Fernández, en cambio, no le resulta tan complicado. «Al final conciliar entrenamientos y competiciones nos hace desconectar también de nuestra vida y estudios. Creo que al final todo es organizarse, aprovechar cada rato posible para ir adelantando mate-

La organización es fundamental para poder avanzar en los estudios al tiempo que se compite



Amanda Valero ▶ La jugadora del CD Adessa Córdoba, en la División de Honor Plata Femenina, estudia Veterinaria.



Adolfo Fernández ▶ El jugador del Córdoba de Balonmano, de Segunda Nacional, cursa ingeniería informática.

El deporte universitario es fundamental como complemento específico a la formación integral de los estudiantes que viene a proporcionar la universidad. Este invita a los alumnos y alumnas al mantenimiento activo en la modalidad deportiva que ya venía practicando antes de su entrada en la universidad o a probar nuevas alternativas.

La actividad deportiva universitaria favorece la eliminación del estrés acumulado por las propias exigencias universitarias, disminuye la ansiedad generada por la obtención y necesidad de buenos resultados académicos y retos; gesta, permite y fortalece relaciones entre estudiantes de diferentes facultades, otorga a cuerpo y mente mejor disponibilidad para el enfrentamiento a metas, y mediante

Opinión

ANTONIO
**Pineda
Bonilla**



El deporte universitario, complemento específico a la formación integral

la competición interuniversitaria fomenta el encuentro y el intercambio de experiencias, entre universidades autonómicas, españolas y europeas.

La práctica del deporte, a nivel universitario, viene a dar continuidad, a mejorar y reafirmar diferentes variables que ya se han venido trabajando a nivel de deporte de base, como puedan ser la confianza en uno mismo y una misma, reforzar valores como la persistencia, el esfuerzo continuado, la humildad, la generosidad, la solidaridad y el respeto a las normas establecidas desde las diversas federaciones deportivas, que favorecen el crecimiento integral del educando, en su devenir deportivo y académico, unido a su recorrido personal.

En esta etapa del desarrollo post-adolescente se sigue favore-

Pineda destaca que el deporte universitario ahonda en valores como el esfuerzo y el respeto

ciendo con el mantenimiento de la práctica deportiva universitaria, la expresión espontánea, el respeto hacia la misma persona y hacia los demás, y, por supuesto, el crecimiento de la creatividad conjugado con el intercambio del conocimiento y el dominio de la técnica y táctica individual y colectiva del deporte que se comparte. No debemos olvidar una de las esencias más importantes, la parte lúdica que viene a conceder un atractivo altamente significativo, el «tercer tiempo» de estas actividades deportivas universitarias, donde se

conjugan el clima relajado de los participantes, el fomento de la amistad, el intercambio de experiencias, la disposición a nuevos aprendizajes y la, por qué no, seducción universitaria, que puede inducir al intercambio universitario entre facultades a nivel autonómico o nacional; unido a la superación personal, el reforzamiento del trabajo en equipo, la valoración de la actitud de esfuerzo, el desarrollo de la autoestima y habilidades sociales, y la colaboración interuniversitaria, que potencia toda esta cooperación que lleva aparejada esta particular práctica deportiva. Resulta y será siempre acertada la apuesta y el incremento de esfuerzos, para su afianzamiento y crecimiento en cualquier universidad. ■

* Entrenador de la selección de balonmano masculino de la UCO